

Меню на 10.04.2024г

От 1.5-3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергитическая ценность | № рецептуры |
|----------------------------|---|------------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Каша манная молочная с маслом | 150 | 7.1 | 4.4 | 17.9 | 145 | 21 |
| | Чай с молоком | 180 | 0.12 | - | 6.8 | 28.6 | 38 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1.08 | 1.2 | 15.8 | 61.8 | 11 |
| | Масло сливочное | 5 | 0.1 | 3.8 | 0.1 | 44.6 | 11 |
| Итого на завтрак | | 355 | 8.4 | 9.4 | 40.6 | 280 | |
| Второй завтрак | Сок фруктовый | 150 | 2.1 | 0.1 | 10.15 | 70 | |
| | Итого на второй завтрак | | 150 | 2.1 | 0.1 | 10.15 | 70 |
| Обед | Салат из свеклы растительным маслом | 40 | 2.6 | 6.7 | 9 | 80 | 44 |
| | Суп вермишелевый на мясокостном бульоне | 150 | 2.92 | 1.45 | 13.55 | 115.5 | 69 |
| | Рыба тушёная с овощами | 50 | 4.9 | 8.3 | 7.55 | 105.9 | 70 |
| | Картофельное пюре | 110 | 2.5 | 1.6 | 18.1 | 95.6 | 5 |
| | Хлеб ржаной | 55 | 1.08 | 1.2 | 15.8 | 61.8 | |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 0.7 | - | 7.05 | 31.2 | 6 |
| Итого на обед | | 555 | 14.7 | 19.25 | 71.05 | 490 | |
| Полдник | Творожная запеканка | 50 | 3.5 | 2 | 15.3 | 107.5 | 59 |
| | Молоко | 150 | 2.8 | 5.05 | 15.15 | 102.5 | 14 |
| Итого на полдник | | 200 | 6.3 | 7.05 | 30.45 | 210 | |
| Итого за весь день: | | 1260 | 31.5 | 35.8 | 152.25 | 1050 | |

Меню на 10.04.2024г

От 3 -7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергитическая ценность | № рецептуры |
|--------------------------------|---|------------------|----------------------|-------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Каша манная молочная с маслом | 200 | 7.5 | 7 | 25.5 | 195 | 52 |
| | Чай с молоком | 180 | 2.12 | - | 10.8 | 58.6 | 34 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1.08 | 1.2 | 15.8 | 61.8 | |
| | Масло сливочное | 7 | 0.1 | 3.8 | 0.1 | 44.6 | |
| Итого на завтрак | | 412 | 10.8 | 12 | 52.2 | 360 | |
| Второй завтрак | Сок фруктовый | 180 | 2.7 | 0.8 | 13.05 | 90 | |
| Итого на второй завтрак | | 180 | 2.7 | 0.8 | 13.05 | 90 | |
| Обед | Салат из свеклы растительным маслом | 60 | 3.5 | 7.8 | 15 | 135 | 29 |
| | Суп вермишелевый на мясокостном бульоне | 180 | 3.92 | 3.9 | 18.05 | 128.2 | 53 |
| | Рыба тушёная с овощами | 80 | 5 | 8.5 | 11.55 | 128.9 | 37 |
| | Картофельное пюре | 130 | 4.2 | 1.6 | 23.45 | 110.6 | 16 |
| | Хлеб ржаной | 73 | 1.08 | 1.2 | 15.8 | 61.8 | |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 1.2 | - | 7.5 | 65.5 | 17 |
| Итого на обед | | 703 | 18.9 | 23 | 91.35 | 630 | |
| Полдник | Творожная запеканка | 70 | 3.5 | 2 | 15.3 | 107.5 | 54 |
| | Молоко | 180 | 4.6 | 7 | 23.85 | 162.5 | 9 |
| Итого на полдник | | 250 | 8.1 | 9 | 39.15 | 270 | |
| Итого за весь день: | | 1545 | 40.5 | 44.8 | 195.75 | 1350 | |